□□□ □□ □□ □□□.

□□□□□□□□□□□□□(DXM) □□ □ □□ □□

* **□□ □□:** □□ □□□ □□□ □□□□, □□□ □□□ □□□ □ □□ □□□ □□□ □□□□□□.
* **□□ □□:** □□□ □□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□(119)□ □□□□□□.
□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□.
* **□□ □□:** □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□□□.
* **□□:** □□□ □□□ □□□, □□ □□□ □□□ □□□ □□□□□□.
* **□□ □□ □□:** **DXM** □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□□.

[□□ □□]

* **Recovery Kernel**
* **Naloxone**
* **COMT**

* DRD2
* MTHFR
* Blueprint
* findahelpline.com

Recovery Kernel □□□□□ □□ □□

DXM · □□□□□□□□□ · □□ · □□□□□ · □□□ □ · □□□□ · DM · □ □□ · □□

⚠ □□ □□ □□ - □□□ □□□ □□□□ | □□ □□: **911** □ □□□□□ **988** □ □□ □□□□.

DXM □ SSRI □□ MAOI □ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □ □□□□. □□□□ □□□ □□□□□□.

□□□, □□□, □□□ **C** □ □□ □□ □□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□, □□ □ □ □□□□ □□ □□□ □□□ □ □□□□.

CYP2D6 □□□□(poor metabolizers)□ □□□□□□□(DXM)□ □□□ □□□ □□□□, □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□.

□□□□ □□ □□□□

[□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□ □□, □□□ □□□□ □□□□□□ □ □□□. □□ □□□ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□.]

Recovery Kernel □□ □□□ □□□□□□□(DXM)□ □□ □ □□ □□□□ □□□, □ □□□ □ □□□□, □□□ □□ □□□□□ □ □□□□□ □□□□□□ □□□□□.

□□, □□□□□ □□□ □□ □□□□□. "□□□□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□." □□ □□□ CYP2D6 □□ □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□□. □ □□□ □□ □□□□ □□□ CYP2D6 □□□□ □□ □□(poor metabolizer)□ □□□□ □□(normal metabolizer) □□□□ □□ □□ □□□ □□□□□. DXM □ □□□□□□□ □□ □□□□□, □□ □□□□ □□□□□. CYP2D6 □□□□ □□ □□□ □□ □□□□ DXM □ □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □ □□□□. □□ □□□, □□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□.

□ □□□, □□□□□□□-□□□□□ □□ □□□□□. □ □□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□ □□ □ □□□ □□□□□ □□□□□. □□□□□□ □□ □□ □□□□□□□. □□ □□□□□□□□□(DXM) □□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□. □□ □□□□ □□□ □□, □□□□□□□ □□ □□□□□ □ □□□ □□□ □ □□□□. NyQuil □□ DayQuil □ □□ □□□□ □□□□□□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□□□ □□□□ □ □□ □□□ □□□□ □□ □□□□.

□ □□□, □□ □ NMDA □□ □□: DXM □ □□ □□ □□□ NMDA □□□ □□ □□□ □□ □□□□□, □□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□□□. □ □□□□ □□□ □□□ □□ □□, □ □□ □□ □□□□ □□, □□ □□ □□, □□□ □□ □□□ DXM □□ □□□□□, □□ □□□ □□ □□□□ 8 □□□ □□□ □ □□ □□□□□□ □□ □□□□, □□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□.

DXM □□□ □ □□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□ □□ □ □□□□□. □□ □□□□ □□□□ □□ □ □□ □□ □□□□, □□ 2 □□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□. □ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□□. □□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□, □□□□, □□ □□ □□ □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□. □ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□□.

□□ 0 □ □□ □□□□□. DXM □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□□□.

□□ 0 - □□□□ □□: □□□ □□□

⚠ □□□□□□□□(DXM)□ □□ □□□ □□ □□□□□□□□ □□ □□□ □□□, □ □□ □□ □□□ □□ □□ □ □□□ □□□□.

0.1 — □□ □□: □ □□ □□□ □□□□□□□?

THE CENTURION — □□□□□ □□□ □□□ □□ □□ — □□□□□ □□, □□ □□.

DXM □ □□ □□□□ □□□□ □□□□. □□□□ □□ □□□ □ DXM □ □□□ □□□□□ DXM □ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□ □□ □□□□ □□ □□ □□□□ □□□□. □□ □□ □ □□□□□ □□ □□□ □□ □□□□, □□□□ □□□□ □□□ □□ DXM □□ □□ □□□ □□□, □□□ □□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □ □□□ □□□.

□□ □□	□□□	□□ □□ □ □□□.	□□ □□ □□□ □□□□ □□: * □□ □□ □□□ □□□□□. □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□. * □□□ □□□ □□□ □□□□□. * □□□ □□□ □□□□□□. * □□□ □□□□□ □□□□, □□□ □□ □□ □□□□□□ □□□□□□. * □□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□. * □□□□ □□□ □□□ □□ □□□□. * □□ □□□ □□□ □□□□□□. * □□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□□. □□□ □□ □□□ □□□ □ □□ □ □□ □□ □□□□□□□. * **□□ □□ □□:** □□□ □□ □□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□. □□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□. * **□□ □□□□ □□:** □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□, □□ □□□ □□□□□. * **□□□ □□:** □□□ □□ □□□ □□ □□□ □□, □□ □□□ □□□□□. □□□ □□□ □ □ □□ □□ □□□□□□. * □□ □□□ □□ □□: **1-800-222-1222** * **findahelpline.com**
□□□□□□□ (APAP /	NyQuil,	□ □□(□ □□ □□)□ □□□	□□□□□□□ □□ □□ □: □□ NAC

□□□□)	DayQuil, □□□ □□ □□□.	□□ □□ 4g □ □□□□ □□□□, □□ □ □□□ □□□ □□□□ □□□□ □ □□ □□□□□ □□□ □ □□□□. □□□□ □□□ □□□□ □□ □□□, □□ □ 24~72 □□ □□ □□□ □□□□□.	600mg □□□□□□. □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□. □ □□ □□□ □□□□□. □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□. □ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□.
□□□□□□□ (□□□□□□□)	□□□□ □□ □ □□ □ (□□□ C) - □□ □□□ □□□□□□□□□(DXM) □□.	□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□ □ □□□□: □□, □□, □□ □□□, □□□, □□, □□, □□ □□□. □□□ C □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□ □□ □□ □□□ □□□□□□□.	□□□□□□□ □□ □□□ □□□□ □□ 911 □ □□□□□□. □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□, □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□. □□ □□□ □□□ □ □□□□.
□□□□□□ (□□□)	□□□□ DM, □□□ □□ □□.	□□ □□ □ □□ □□□ □□□ □ □□□□. □□□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□, □□□□ □□□□□□□□□□□□□(DXM) □□□ □□ □□□□ □□ □ □□□, □□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□ □ □□□□.	□□ □□□□ □□□ □□, □□ □□□ □□□□. □□ □□□ □□□□□. □□□□ □□ □□ □□□ □□□□, □□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □ □□ □□ □□□ □□□□□.
□□□□□□ □□ □□□□□ (□□□ □□□)	□□□□ PE DM, □□ □□ □□□ □□.	□□□□ □□ □□□□ □□ □□: □□ □□, □□□ □□, □□ □□□, □□□ □□. DXM □ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□□.	□□ □□, □□ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□ (□□□ □□□ + □□□□□ □□ □): 911 □ □□□□□□. □□ □□ □□ □□.
□□□□□□□□□(DXM)□ □□ – □ □□□ □□.	□□(□□□□□□□□ □□□□□ □□□), □□□□ □□□□□□□□ □□□ □ □□, □□□□ 12 □□ □□ □□.	□□□□□□□□ □□□ □□: □□□□ □□□ □□ (□□ SSRI □ □□ □□ □), □□□□□ □□ □□ □□ □□, □□□□ □□ □□. □□ □□□□ □□ □ □□ □□ □□□ □□.	□□ □□ □□□□ □ □, □□□□□□□□□□□□□(DXM)□ □□□□ □□, □□□ DXM □□□ □□ □□□□ □□□□□. □□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□, □□ □□□ □□ □□□□.

⚠ □□□□ □□ □ □□ □ (□□□ C)□ □□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□(DXM) □□□□□. □□□□□□□ □□□ □□ □□ □□□□, DXM □ □□□□. □□□ C □ DXM □□ □□□ □□□□ □□□□.

0.2 — □□□□ □□□: □□□ □□ □□□□

⚠ □□□□□□□□□(DXM)□ □□□□ □□□□ □□□□□. □□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □ □□□□. □□ □□□□□□□□ □□□□ □□ □□ □□ □□□ □□□□□, □□□ □□ □□□□□.

DXM □ □□□□ □□□ □□□□□□. □, SERT □□ □□□ □□□□ □□□□□. □□ SSRI □ □□ □□ □□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □ □□□□.

- SSRIs (□□□/□□□□□, □□□□/□□□□, □□□/□□□□□□□, □□□□/□□□□□, □□/□□□□): □□ SERT □ □□□□□, □□□□□□□□(DXM)□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□. □□ □□□□□□ □□□□ CYP2D6 □□□□□ □□□□□ DXM □ □□□□□□□□□□ □□□□ □□, DXM □□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□.
- SNRI □□ □□(□□□□/□□□□□, □□□□/□□□□□): □□□□□ □ □□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□, □□□□□□□□□ (DXM)□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□.
- MAOI(□□□, □□□□□□□□, □□□□□, □□□□ □□□□□□□□, □□□□□□□/□□□□□): □□□□□ □□□□ □□□□□□. DXM □ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □ □□□□□. □ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□.
- □□□□□: □□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□. □□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□□□□□(DXM)□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □ □□□□□.
- □□□□□□(MAOI □□□□ □□ □□□□): □□□□□ □□□□, □□□□□ □□□□ □□□□.

□□□□□ □□□□ □□: □□, □□, □□ □□□□, □□□□, □□ □□, □□ □□ □□ □□ **(□□ □□)**, □□, □□□□□, □□. □□ □□ □□□□□□. **911**□ □□□□□□□.

CYP2D6□ □□□□□ □□□□ □□ □□: **CYP2D6** □□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□, □□ □□□□ **DXM**□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □ □□ □□□□□□. **DXM** □□□□ □□ □□□□□ □□□□□, **DXM**□ **SERT** □□ □□□□ □□□□□ □□□□□□. □□ □□□□ **CYP2D6** □□□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□: **DXM**□ □□ □□□□□ □□ □□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□□.

0.3 — □□□ □□ □□ □□

□□ □□	□□	□□□□□.
4 □□ □□ □□□ / □□	□□□ □□, □□□□ □□, □□ □□ □□, □□□ □□ □□ □□, □□□ □□□ □□□ □□ □□□□ □□, □□□□ □□ □□ □□ □□□. □□ □ □□ □□□ □□, □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □ □□□ □□□ □□□□.	□□□ □□ □□□□□. 911□ □□□□□□. □□□ □□(□□, □□ □, □)□□ □□□□ □□□□. □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□. □□□□ □□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□. □□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□□□□: "DXM - □□□□□□□□ - □□□."
□□□ (□□).	□□□ □□ □□□, □□□□ □□ □□ □□□, □□, □□ □□□, □□ □□□ □□□□□. □□□□ DXM □ □□ □□ □□□ □□□ □□ □□□ □□ □ □□ □□(hyperthermia)□ □□□ □ □□□□.	911□ □□ □□□□□□. □□□ □□□ □□□□□□. □, □□□□, □□□□□ □□□ □□□□. □□□□ □□ □□□□□□. □□ □□ □□□ □□□□□□(DXM) □□□□ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□□.
□□ □□ (4 □□ □□ □□ □□ □)	□□ □□□□ □□ □□. DXM □ □□ □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□, □□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□ □□□ □□ □ □□□□.	□□□□ □□□□□ □□□ □ □ □□□□ (□□ □□ □□□□□□□(DXM) □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □ □□). □□□ □□□ □□□□ □□□□. 911□ □□□□□□. □□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□. □□□ □□ □□□ □□□□□.
□□	□□□□□□□□(Triple C)□□ □ □□□ □□□□□, □□ □□ □□□ □□□□□□□□ (DXM)□ □□ □□□ □□ □ □□□□.	911□ □□□□□□. □□ □□□ □□□□. □□□□ □□□□. □□ □□□ □□□□□. □□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□□□.

□□ 1 — □□□□□□□□□(DXM)□ □□□ □□ □□□ □□

□□□□: □□□□ □□□□□ □□□ □□ □□□ □□□□, □□□□ □□□ □□ □□□ □□, □□□ □□□ □□□□□, □□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□.

DXM □ □□□□□□ □□ □□□□□. □□ □□□ □ □□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□□, □ □□□□ □□□□ □□□□ □□□, □□□ □□ □□, □□□ □ □□□ □□□□□ □□ □□□ □□□ □□□ CYP2D6 □□□□ □□ □□□□□. □□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□ DXM □ □ □□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□, □□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□□.

1.1 — □ □□ □□□ □□□

□□□ □□□	□□□□□□□□□(DXM)□ □□ □□□ □□□ □□□□. * □□□ □□□□□, □□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□. * **NMDA** □□□ □□□□□, □□ □□□□□ □□ □□ □ □□ □□□ □□□ □ □□□□. * **COMT** □□ □□□□ □□□ □ □□□, □□ □□□ □□□ □□□ □□ □ □□□□. **DRD2** □□□□□ □□□ □ □ □□□□. * **MTHFR** □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□ □ □□□□. **[□□: □□□□□□□□□ □□□ □□ □□ □□□□□ □ □□, □□ □□ □ □□□ □□□□ □□□ □ □□□□.]**	□□ □□□
NMDA □□□□□□ □□□ (□□ □□ □□ — □□□□□□ □□).	DXM □ CYP2D6 □ □□ □□□□□□□□ □□□□□, □□ DXM □□□□ □ □□□ NMDA □□□ □□□□□□. □□□□□□□ □□□□ □□□□ NMDA □□□□ □□□□ □□ □□, DMN □□ □ 3 □□□ 4 □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□□.	NMDA □□□: □□□ □□ □ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □ □□□, □□□□□□ □□□□□. NAC □ □□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□□. □ □□□□ □□□ □□ □□□ DXM □□ □□□□□ □□□ □ □□□□.
□□□-1 □□□	DXM □□(□□□□□□ □□)□ □□□-1 □□□ □□□□□□. □□□-1 □□□□ □ □□□ □□□□, □□, □□ □□ □ □□□□ □□□ □□□□□. □□□-1 □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□, □□□ DXM □□□ □□□□□.	DXM □ □□□-1 □□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ DXM □ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □ □□□□. DXM □□□ □□□□ □ □□□□ □□ □□□ □□□-1 □□□ □□□ □□□ □ □□□□. CYP2D6 □□□□ □□ □□□□ □ □□ □□ DXM □ □□□ □□□□, □□□□□□□□ DXM □□□ □ □□□ □□□□, □□ □□□-1 □□□ □□□□ □ □□□□.
□□□□ □□□(SERT) □□.	DXM □ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□. □□ □□□□ □□□□□ SSRI □□ □□ □□□□□, □□ □□□ □□□□ □□ □□□□	□□□□ □□□ □□□ □ □□□□ MDMA □□□ □□□□□. 5-HTP □ □□□□ □□□ □□□□□, SERT(□□□□ □□□) □□□ □□□ □□□ □□□ 5-HTP □ □□ □□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□. □□□ DXM □□ □ 3~5 □ □□ 5-HTP

	□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □ □ □□□□□. SERT(□□□□□ □□□□) □□□□ DXM □ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□, □□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □ □□□□□.	□□□ □□□□□□□.
μ-□□□□□□ □□□□ (□□ □□□□).	DXM □ □□ μ-□□□□□□ □□□□ □□□□□□, □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□ (4 □□) □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□, □□□□ □□ □□ □ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □ □□□□□.	□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□. □□□□ 4 □□ □□□□ (1000mg □□)□□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□. DLPA(□□□□□ □□ □□ □□□□)□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □ □□□□ □□□□, □□ □□□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□, DXM □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□.

1.2 — CYP2D6 □□: □□ □ □□ □ □□ □□ □□

THE CENTURION — □□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□.

□ □□ □□□□□ CYP2D6 □□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□: "□□ □□□□□ □□□□ □□□□, □□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□, CYP2D6 □□□□ □□□□□□." DXM □ □□, □ □□□□ □□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □ □□□□□□ □□□□□□. CYP2D6 □ DXM □ □□ □□□□□ □□□□, □□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□□.

CYP2D6 □□□	**DXM □ □□ □□□□□□□? □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □ □□□□□. □□ □□, □□□□ □□ □□□□ □□□□ □ □□□□□:** * **DXM □ □□ □□** * **DXM □ □□□□ □ □□□□** * **DXM □ □□ □□□□□ □□ □□** * **DXM □□ □□ □ □□**	□□□□ □□ □ □□ □□ □□ □□.
□□ □□□□ (□□ □□□□ □ 75%, □□□□□□□□□ □ □□)	DXM □ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□. □□ □□□□□, □□□□□□□□(□□□□ NMDA □□□□)□ □□ □□ □□□□□□□. □□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□, □□□□□ □□□□ NMDA □□, DMN □□ □ □□ □□□□ □□□□□□. □□□-1 □ SERT □□□□ □□□□□□, NMDA □□□□ □□□□□□□.	□□ □□□□□□ □□ NMDA □□(□□□□ □□ □□ □□□□□□)□ □□□□ □□□□ □□□□, □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□. □ □□□□ □□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□□.
CYP2D6 □□□□□ (□□ □ 7~10%; □□□□□ □ 1~2%)	DXM □ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□. DXM □□□□ □□□□ □□□□□□. DXM □ □□□□□□□□ SERT □□ □ □□□-1 □□ □□□□ □□ □□□□, NMDA □□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□. □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□/□□□-1 □□□□□ □ □□□□, □□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□.	□□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□(DXM)□ SSRI □ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□. □□ □□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □ □□□□□. □□ □□□□□□□□□□ SERT □□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□. □□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□□ □ □□□□. □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□.
CYP2D6 □□ □□□□ (□ 1~2%).	DXM □ □□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□. □□□□□□□□ □□ □□□□ □ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□ □ □□□□□.	DXM □ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□. □□ □□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□ NMDA □□□□ □ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□ □ □□□□□. □□, □□ CYP2D6 □ □□□□□ □□(□□□□□, □□□□□□,

		□□□□□)□ □□ □□□(ultra-rapid metabolizers)□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□ DXM □□□ □□□□ □□ □□□□ □ □□□□.
□□ □□□ □□ CYP2D6□ □□□ □ □□□□.	□□□□□(□□□)□ □□□□(□□)□ □□ SSRI □□ □□□ CYP2D6 □□□□□□. □ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□(DXM)□ □□ □□□□, □□□□ CYP2D6 □□ □□□ □□ □□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□, DXM□ □ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□□, SSRI□ □ □□□□□ SERT □□ □□□ □□□□□.	DXM□ □ □□□ □□ DXM□ □ □□□ □□□ □□ □□□ □□ □ □□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □ □□ □□ □□ □ □□□□□. □ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□. □□□□ □□ □□ □□□ □□ □□□ □□□.

1.3 — □ □□ □□: □□-□□ □□

THE CENTURION — DXM □□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□.

DXM □□□ '□□□' □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□ DXM □□ □□ □□□□, □□ William White□ DXM FAQ □ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□□. □ □□□□□□ □□□ DXM□ □□ □□□□ □□□□ □ □□ □□□□ □□□□□. □ □□□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□, □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□ □□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□ □ □□□□□.

□□	□□□□ □□	□□ □□	□□ □□□□ □□ □□
□ □□ □□	100-200mg	□□□ □□ □□, □□□ □□, □□□ □□, □□ □□ □□□ □□□ □□. □□ □□□□□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□ □ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□ □ □□□□.	□□ □□□-1 □□□ □□□□□, □□□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□. □ □□□□□ NMDA □□□ □□ □□□ □□□□□. □□ □□□□ □□□□□ □ □□ □□□□ DXM□ □□□□□□.
□ □□ □□	200-400mg	□□□ □□□ □□ □□, □□ □□ □□ □□, □□ □□ □□, □□□ □□ □□□□ □□□, □□ □□□ □□ □□. □□ □□.	□□□□ CYP2D6 □□ □□ □□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□□ □□□ NMDA □□□ □□□□ □□□ □ □□□□. □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□. □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□.
□ □□ □□	400~700mg	□□□ □□□ □□, □□ □□ □□, □□ □□□ □□□ □□, □□□ □□, "M-□□" □□ "K-□□"□ □□□ □□. □□□ □□ □□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□.	NMDA □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□(DMN) □□□ □□□□□. □□□-1 □□□ □□□ □□□□□□□. □ □□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□□, □□ DXM□ □□ □□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□.
□ □□ □□	700–1500mg □□	□□□□ □□□□ □□ □□□ □□. □□□ □□□ □□. □□□ □□ □□. □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □ □□. □□, □□□ □□ □□. □□ □□ □□□.	□□ □□ NMDA □□□ □□ □□□ □□□□, □□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□. □□ □□□ □□ □□□□, □□□□ □□ □□□ □□□ □ □□□□. □□ □□ □□□□□.

1.4 — DXM 의 □□□□ 의: □□□□□ □□ □□

□□□□: □□□ □□□□□□. □□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□□.

DXM 은 □□□ □□□□ □□□□ □□□, □□□□□ □□ □□□ □□□□, □□□□ □□□□ 의 □□□ □□□ 의 □□□□. □□ □□□ □□ □□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□.

□□□□ □□□ □□□□.	□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□.	□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□.
□□□ □□ - □□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□.	□□□, □□, □□, ADHD 의 □□□□ □□□ □□□ □□ 의 □□ □□□ □□□□ □□ □□. □□□ □□□□□□□□(DXM)□ □□ DMN □□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□□ □□□, □□ □□ □□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□.	□□ 6(□□□□□ □□)□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□□□ □□□□□□. □□/□□/□□□ □□(NSDR) □□□ □□□□□ □□□□□.
□□□ □□ □□ - □□□, □□□ □□□□□□□ □□.	□□□□□□□□(DXM)□ □□□-1 □□□ □□□ □□□□ □□□ □□ □ □□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□. □□□, □□ □□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□ □□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□.	□□□□ □□ (5-HTP, □□□□). □□□ □□□ □□. □□□ □□□ □□ □□□ □ □□ □□. □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□.
ADHD □□ □□ - □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□.	□□ □□□□□, □□ ADHD □□□□ □□□□□□□□(DXM)□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□. □□ NMDA □ □□□-1 □□□ □□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□. ADHD □□□□ □□□ □□ □□□□ □□, DXM □ □□□ □□□□ □□□ □□□□.	ADHD □□ □ □□□ □□□□ □□(□□□□□, □□□□, □□□□) □□ □□ □□ □□□□ □□ □□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□□. ADHD □□□ □□□□□□□□(DXM) □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□□.
□□ □□ - □□□□□ □□ □□	DXM □ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ (□□□□ □□) □□ □□□ □□□(LSD □ □□) □□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□. □□□ □ □□ □□□ □□ □□□□. □□ □□□□ DXM □ □□ □□□ □□ □□□ □□□□, □□ □□□□□□□ □□ □□ □ □□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□.	□ 6 □□ □□□□□ □□ □□□□(□□, □□□ □□ (NSDR), □□□, □□□ □□)□ DXM □ □□□□ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□. LSD □□□□□ □□□□ DMN □□ □ □□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□.
□□□□, □□ □□ □ □□□, □□ □□ □□ □□ □□.	DXM □ □□□□□□□ □□□□ □□□, □□□ □□□□ □□□, □□□□ □□□ □ □□□, □□ □□ □□□ □□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□. □□ □□□, □□□□ □□(□□ □□□ □□□□ □□ □)□ □□ □□□, □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□.	□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□. □, □□□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□. □□ □□□ □□ □□ □□□□ □□□ □ □□ □□□ □□□□. □□□ □ □□□ □□□ □□□□□.

1. 5 — □□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□

□□□□: □□ □□□□□□ □□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□ □□□□.

DXM □□□ □□ □□□ □□ □□□□□ □□ □□□ □□ □□ □□ □□□□□ □□□ □□□□. □□□ □□□□ □□□□ 1990 □□□□ □□□□ □□ "DXM FAQ", Erowid □ DXM □□ □□□, Reddit □ □□□ □□□ DXM □□□□ □□ □ □□□□. □ □□□□□ "□□□" □□□ □□□□□, □□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□ □□ □ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□. □□, □□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□ DXM □□ □□ □□□ □□□□□, DXM □ '□□□' □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□□□□ □□□□□.

□ □□□□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□, Recovery Kernel □□□□□□ □□□□ □ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□. □□□ □□ □□(harm reduction) □□□□□ □□□□ □□□□ CYP2D6 □ □□ □□ □□ □□□□□. □□ □□□□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□: □□ □ □□□□ □□, DXM □ □□□□ □□□□ □□□□ □□, □□□ DXM □ □□□□ □□□ □□□□ □□ □□ □□ □□ □ □□ □□□ □□□□ □.

□□ 2 — □□□ □□□ □□ (Genomic Blueprint)

DXM □ □ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □ □□□□ □□□□ □□□ □□□□. CYP2D6 □ □□ □□□ □□□□, □□ □□ □□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□. □□ □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□ □□ □□ □□□□ □□ □□□□.

DXM □□□ □□ DNA □□ □□.

□□□	□□□ □□□□□?	□□ □□	□□□□□□□□□(DXM) □□ □□ □□
CYP2D6	□□ □□□□□□□□□ (DXM) □□ □□: □□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□, □□ □□□□□□□ □ □□□ NMDA □□□□□□.	*4/*4: □□ □□ □□ □□□ (□□ □□□ 7~10%); *1/*1: □□; □□ □□ □□.	DXM □ □□, □ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □ □□□ □□□□ □□□□. □□ □□□ CYP2D6 □ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□. DXM □ □□, □□ □□□ □□ □□□□ DXM □□ (sigma-1, SERT □□)□ □□□□□ □□□□, □□□□□(NMDA)□□ □□□□ □□□□. DXM □ □□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□□□. CYP2D6 □ □□□□ □□(□□□□, □□□□□, □□□□□)□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□ □□ □□ □□□ □□□□. CYP2D6 □□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□□.
SLC6A4 / 5-HTTLPR	□□□□ □□□ □□ □ □□□.	□□/□□ □□□(SERT □□ □□)	SLC6A4 □□□ □□(short/short)□ □□ □□□□ SERT □□□ □□□□□. □□□□□□□□□□□□ (DXM)□ SERT □□□ □□□ □□□□□ □ □□ □□□□ □□□ □□□□□. □□ □□□ □□(□□□ □□□, □□ □□□□□ □□ □□)□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□□□□. CYP2D6 □□□ □□□(poor metabolizer) □□□ short/short □□□ □□ □□□□ DXM □ □□ □□□□□ □□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□.
HTR2A	5-HT2A □□□□ □□□: DXM □ □□ □□ □□ □□□ □□□□□.	□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□.	DXM □ □□□-1 □□□ □□□ □□□ NMDA □□□ □□□□ □□□□ 5-HT2A □□□□ □□ DMN □□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□. HTR2A □□□ □□□□ □□ □□□□ DXM □ □□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□ □ □□□□. □□, □□ HPPD □□□□ □□□ □□□, □□□ DXM □□ □ □□□□ □□□□ □□ □□□ LSD □ □□□ HPPD □ □□□ □□□ □□□□.
COMT	□□□ □ □□□□ □□□ □□.	Val158Met (rs4680)	COMT Met/Met □□□(Sage □□, □□ □□ □□ □□)□ □□ □□□ □□ DXM □ □□□□ □□□ □ □□□ □□□□□. □□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□ Sage □□□ □□□□ DXM □ □□□-1 □ NMDA □□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□ □ □□ □□□□ □□□□. Sage COMT □□□ □□: □□ □□□ NMDA □□□□ □□ □□ □□□□□.
MTHFR	□□□ - □□ □□□□□□ □□□□□□ □□	C677T (rs1801133),	MTHFR □□□ □□□ □ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □ □□□, □□ □□□□□□□

		A1298C (rs1801131)	(DXM) □□□ □□□ □ □ □□□□. 5-MTHF □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□ DXM □□ □□□□ □□□□ □□ □□ □□□ □□□ □□□ □□□□□□. □□ □□□□□ □□ DXM □□ □□□□ □□□□□.
DRD4 / DAT1 (□□□□□ □□□□□□ □□)	□□□ □□ □□ – □□□ □□ □□□□ □□ □ □□□ □□.	DRD4 7-□□ (rs1800955); DAT1 10-□□ (rs28363170)	ADHD □ □□□ DRD4 7-□□ □ DAT1 10-□□ □□□ □□□ □□ □□□□□(DXM) □□ □□□ □□□□□. □□□□ □□□ □□ □□□ □□□ DXM □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□ ADHD □ □□□ □□ □□□□□. DXM □ □□ □□□ □□□ ADHD □□ □□□ □□□ □ □ □□□□. ADHD □ □□□□ □□□□, □□ □□□ □□ □□□ □□□ □ □□□□.

□□□ □□, □□ □□.

- DXM □ □□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□ □ □□□ □□□ □□□□□□? □□□: CYP2D6 □□□ □□□□ □ □□□, □□ □□ DXM □ □□□□ □□□□ □□ □□□ □ □□□□. □□, CYP2D6 □□ □□(□: SSRI)□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □ □□□□.
- □□□□□□□□(DXM)□ □□ □□ □□□□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□? → □□□-1 □□□ □ □□□□ □□□ □□(SERT) □□□ NMDA □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□, □□ CYP2D6 □□□ □□□ □□□(DXM □□□ □□□ □ □)□ □□□□.
- □□□□□□□□(DXM) □□ □ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□? CYP2D6 □□□ □□□ + SLC6A4 □□/□□ □□□□ + □□□□□ □□□ □□□□ □□ □□ □□.
- □□□□□□□□(DXM)□ □□ □□(1 □□)□□ □□□□ □, □□□ □□□□ ADHD □□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□? → DRD4 7-repeat + DAT1 10-repeat ADHD □□□. ADHD □□□ □□□□□□ □□□□ □□□.
- □□□ □□□□□□□(DXM) □□ □ □□□□ □□ □□ □□ HPPD □□ □□□ □□□□□□? □□ HTR2A □□□ □□□ □□□ □□□ □ □□□□. □□ 4.4 □□□ □□□ DXM □□□□ □□ HPPD □□ □□□ □□ □□□□□.

□□ 3 — □□ □□□□□: □□□□□□□□□(DXM) □□ □□□ □□□ □□□□ □.

□□□□: □□□□ □□□□, **LSD** □□ □□□□□, □□ □□□□ □□ □□□□□. □□□ □□.

DXM □ □□□ □ □□□□□□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□. □□, □□□□□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□□. DXM □ □□□□ □□□ □□□ □ LSD □ □□□ □□□ □□□, NMDA □□□, □□□□ □□□ □□, HPPD(□□□□ □□) □□, □□□ □□ □□□ □□□ □□ □□, □□□ □□ □□ □□□ □□□ □□ □□□ □□ □□ □□□ □ □□□□.

□ □□□□ □□ □□□□□ □□□ □□ DXM □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□: □ □□□ □□ □□□□□ □□□□, □□□ □□ □□ □□, □□□□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□ □ □□□□. □□ □□□, □ □□□ □□□□ □□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□□. □□ □□□ □□□ 0 □ □□□ □□□, □□□ □□ □□ □□□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□.

3.1 — □□□□□□□□□(DXM) □□□ □□ □□

□□	DXM □□ □□□ □□□ □□□□?	□□ □□.
□□□□□ □□□	□□ □□ □□□ 8□□ □□, □□□ □□ □□□□□ 10 □ □□ □□□ □ □□□. □□□ □□ □□□ □□□ □□ □□□. □□ □□□□ □□□□ □□□ □ □□ □□□□. □□ □□ □□□ □□□ □□, □□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□ □□□.	□□□ □□ □□ □□□ □□□ □□□□: □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□, □□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□, □□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□. □□ □□□□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□, □□ □□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□.
□□□ □□□ □□	DXM □ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□. □□ □□ □□□□□ □□ □□□ □□□ □□ □□□□□ DXM □□□□ □□ □ □□ □□□□. DXM □□□ □□□ □□□ □□□□□□, "□□ □□□□ □"□□□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□ □□ □□ □□□□ □□□□ □ □□□□.	□□□□ 13 (□□□□ □□)□□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□□□□□□□(DXM)□ □□ □□□□□ □□□: "□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□□, NMDA □□ □□, □□□□ □□□ □□ □ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□." □□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□.
□□□ □□ □□□□□.	DXM □□□ □□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□. □ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□, □□ □□ □ □□ □□□ □□□ □ □□□, □□ □□□□ □□ □□ □□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□□. □□□ □□ □□□□ □ □□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□ □□□, □□ "□□ □□□"□□ □□□ □ □□□□.	□□□ □□ □□□ □□□ □□□□, □□□ □□□□□ □□□□□. DXM □ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□. □□□□□ □□□ □□, □□□□□ □□□ □□ □□ (□□□ □□, □□ □□, □□ □□)□ □□ □□□ □□□□□.
□□ □□ □□	DXM □□□ □□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□. □□□ DXM □ □□□ □□□ □□□, NyQuil(□□□□□□□ □□ □□)□ □□ □□, □□ Triple C(□□□□□□□ □□)□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□.	□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□. □□□□□□□ □□ □□□ □□□□ □□, □ □□ □□(AST, ALT)□ □□□□□. □□ □□□ □□ □□ □ □□ □□□ □□□□□.

3.2 — [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
* **1~3 [illegible]:** [illegible], [illegible], [illegible], [illegible], [illegible]
* **4~7 [illegible]:** [illegible], [illegible], [illegible], [illegible]
* **8~14 [illegible]:** [illegible], [illegible], [illegible]
* **2 [illegible] [illegible]:** [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible]:
* [illegible] [illegible]
* [illegible] [illegible]
* [illegible] [illegible]
* [illegible] [illegible]
* [illegible] [illegible] [illegible] **(Naloxone, Recovery Kernel)**

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].

[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible] [illegible]?
0~24 [illegible] ([illegible] [illegible])	NMDA [illegible] [illegible] ([illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]); [illegible] [illegible]; SERT [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]; [illegible] [illegible]-1 [illegible] [illegible].	[illegible], [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] (HPPD [illegible]), [illegible] [illegible], [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible].	NAC [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] NMDA [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. 4-7-8 [illegible] [illegible].
1 [illegible]~7 [illegible]	NMDA [illegible] [illegible] [illegible]; [illegible] [illegible] [illegible]; [illegible]-1 [illegible] [illegible] [illegible]; [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].	[illegible] ([illegible] [illegible] - [illegible] [illegible] [illegible] [illegible](DXM)[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]), [illegible], [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible], [illegible].	[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] (1 [illegible] 4). 5-HTP [illegible] 3~5 [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. SERT [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]). [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].
2 [illegible] ~ 8 [illegible]	[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] HPPD [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. DXM [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible](ADHD, [illegible], [illegible])[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].	[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

		□□ □□□□ □□ □□(□□ □□, □□□ □□)□□ □□.	

□□ 4 - □□□□ □□

DXM □□□ □ □□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□: NMDA □□□□□□ □□□ (□□□ □□□ □□), □□□□ □□□ (MDMA □□□ □□□□□ □ □□), □□□ □□□□□□□□ □□ □□□ □□ □ □□ (□□□ □□□□ □□). □□□□ □ □□ □□□□ □□□ □□□.

4.1 — □□□ □□

□□□	□□	□□	□□□□□□□□□(DXM) □□ □□ □□: * [□□ □□] findahelpline.com * [□□] □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□. * [□□□□] Recovery Kernel, Naloxone, COMT, DRD2, MTHFR, Blueprint
5-MTHF (L-□□□□)	□□□ 400~1000 □□□□□□ □□.	□□ □□	□□□□ □□ □□: □□ □□□□□□□□(DXM)□ □□□□ □□□ □□(SERT) □□□ □□□□□. MTHFR □□ □□□ □, □□□ □□□ □□□□□□□□ □□□ □□, 5-MTHF □ □□ □□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□. □□ □□□□□□□□ □□□-1 □ SERT □□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□.
□□□□□□ (□□□ B12)	1000~2000 □□□□□□, □□ □□.	□□□□□.	□□□ □□□ □□ □□ □□□ B12. □□□ □□□□□□□□(DXM) □□, □□ □□ □□□ □□ □□□□ □□, □□ □□ □□ □□ □□□□ □□□ □ □□□□. □□□ B12 □□□ □□□□□ □□□□□.
P5P (□□ □□□ B6)	25–50mg	□□□□□.	□□□□, □□□ □ GABA □□□ □□ □□□□□. □□□□(DXM □ □□ SERT □□)□ □□□□□□(NMDA □□) □□□□ □□ □□□ □□ □□□□ P5P □□□□ □□ □□□ □□□ □□□ □□□.
□□□□ □□□□	400-600mg (□□ □□)	□□□ □□	□□□ NMDA □□ □□□. □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□ NMDA □□ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□□. DXM □□ □□□□ NMDA □□ □□ □□□ □□ □□□ □□□□□□. 1 □□□□ □□□□□□.

4.2 — □□: □□□□□□□ □□ □□ □ □ □□ □□

⚠ □□ □□□□□□□□(□□□□) □□□ □□□ **DXM** □□(□: □□□, □□□, □□ □□)□ □□□□ □□, **NAC**□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□. □□□□□□□ □□□ **24~72** □□ □□ □□□ □□□□ □□ □ □□□, □□□□ □□ □□□□□ □ □□□□.

□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□ □ □□□□ □□□□□ □□□□□. NAC(N-□□□□ □□□□□)□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□, □□ □□ □□□□□□□□□□□ □□ □ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□ □□□□□□.

- NAC 600~1200mg □ □□ □□□□□□. □□ □□ 24 □□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ DXM □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□. □ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□ NAC □ □□□□ □□ □□□□ □□□□, □□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□□.
- □□□□□□□□ □□ □□(24 □□ □□ □□ □□□□□ 4g □□ □□, □ □□ □□□□□□□ □ □□ □□) □□□□ □□□□□ □□□□□. □□□□ □□ □ □□ □□ NAC □ □□ □□□□□ □□□□□□□. □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□.
- □ □□ □□(AST, ALT, □□□□□): □□□□□□□□ □□ □□ □□□□ □□ □□, □□ □ □□□□ □□□□□ □□ □ □□ □□□□ □□□□□ □□□□.
- □□□□□ □ □□ □□: □□□□ □□□□(□□□□□, □□ 200~400mg □□), □□-□□□(□□ 300mg □□), NAC (□□□□ □□□□ □□ 600mg □□)□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□, □□ □□ □ 4~8 □ □□ □□□□□□.

4.3 — NMDA □□□ □□□

□□□ □□ □□ □□□ (DXM □□□ □□)

[□□] □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □ □□□□□. □ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□ □ □□□□□.

1. **□□:**
   * □□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□.
   * □□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□.
   * □□ □□□□□ □□□□□□□ (□□, □□, □□ □□).
2. **□□□ □□:**
   * □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□.
   * □□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □ □□□□□.
3. **□□ □□ □□:**
   * □□□□□ □□ □□: □□, □□□□, □□□□, □□ □□, □□□□□, □□, □□, □□□□, □□, □□.
   * □□□□ □□ □□: □□, □□, □□.
   * □□ □□□□ □□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□.
4. **□□:**
   * □□ □□ □□ (□: □□, □□ □□ □□).
   * □□ □□ □□.
   * □□□□ □□ □□ □□ (□□□□□ □□, □□ □□ □□, □□□□ □□).
5. **□□ □□:**
   * Recovery Kernel
   * Naloxone
   * COMT
   * DRD2

* MTHFR
* Blueprint
* findahelpline.com

[□□] □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□.

- NAC (□□ 600~1800mg □□, □□□□, □□□ □□): □□ □□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□. NMDA □□□ □□ □ □□□□ □□□□□□ □□□ NAC □ □□□□-□□□□□□ □□□ □□□ □□ □□□ □ □□□□.
□□ □□□□□□.
- □□□□ □□□□ (1 □ □ 800-1200mg, □□□ □□□ □□): □□□□ NMDA □□ □□□□, □□□□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□.
- L-□□□ (200~400mg, □□□ □□): □□□ □□□□ □□□□ NMDA □□□ □□ NMDA □□□□ □□ □□ □□ □ □□□□ □□□□□□.
- □□□ (3~5g, □□): □□ □ NMDA □□ □□□□□, □□ □□ □□□ □□□□ □□□□□. □□□□, □□ NMDA □□□ □□□□ □□□□ □□ □□ □ □□□ □□□□ □□□□□ □ □□□ □□□.
- □□□-3 DHA (□□ 2g □□): □□ □□□ □□, NMDA □□□ □□ □□, □□□ □□.

4.4 — □□□□ □□

⚠ **5-HTP □ □□□ □□□ □ 3~5 □□ □□□ □□□□□□. □ □□ □□□□, DXM □ □□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□□□. □□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□.**

- 5-HTP (50~100mg, □□ □□ □ - □□ 3~5 □ □): □□□□ □□□□□, □□□□□□□□(DXM)□ SERT □□ □□□ □□□□□. SSRI, SNRI □□ MAOI □ □□ □□□□ □□□□.
- L-□□□□ (500~1000mg, □□□ □□, □□□□ □□ □□□□ □□□ □□): 5-HTP □ □□□□□□. □□□□□ □□□□ □□ □□□□ □ □ □□□ □□ □□□□, □□□ □□□□ □ □□□ □ □□□□. □ □ □□ □ □□□ □□□□ □□□□□□.
- □□□□ (4~8g, □□ □□): □□□□ □□□ □□□ □□; □□□ □□; □□, □□□□□□□□(DXM) □□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □ □ □□□□.
- EPA □□□ □□ □□□-3 □□□ (□□ 2~4g): □□□ □□ □ □□□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□ □ □ □□□□.

4. 5 — □□□ □□□□□□□(DXM) □□□□ □□ HPPD □□

□□□□□□□□□(DXM)□ □□□□ □□ □□□ □□□□, □□ 3 □□ □ 4 □□ □□□□ □□□ □□, □□□ □ □□□ □□ □ □□□□ □□ □□□ □□□ □□(HPPD-like visual phenomena)□ □□□ □ □□□□. □ □□□□□□ □□□ □□□ □□□ HPPD □ □□□□, DXM □ NMDA □ □□□-1 □□ □□□ □□ HPPD □□□□ □□□□□□.

- DXM □□□ □□□ □□□□ □□□. NMDA □ □□□-1 □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □ □□□□. □□□ □□ □□□□□.
- □□ □□: □□□□ □□□ □□ □□ □□(HPPD)□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□. □□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□□□.
- □□ 4 □ LSD □□□□ □□□ HPPD □□ □□□□□ □□□□: □□□ □□ □□□ □□□ (EGCG, □□-□□□, NAC, □□□ C, DHA), □□ □□□, □□ □□, □□□ SSRI □□ □□ □□ (□□ □□ □□□ □□□□ □ □□□□).

- [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] 4 [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible](HPPD)[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] HPPD [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].

4.6 — [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] - [illegible] [illegible] **(DXM)**[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].

[illegible] [illegible] C-37([illegible] [illegible] [illegible])[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. "[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]." DXM [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]:

- [illegible]: [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

	진정 (□□□□□□□□ 또는 또는 □□□ 진정).		□□□□, 등)□ □□□ □□□□□. □□□□ □ 또는 또는 □□□ 또는 □□□□□□□□ 또는 또는 □□□ □□□ □□□□. 또는 □□□ □□□□ □□□□□.
□□□	GABA □ □□□□ □□□ 또는 또는 □□□ □□□□, □□□□ 또는 □□□□□. □ 또는 (a) □□□□□□□□ (DXM) □□□ □□□ □□□ (b) 또는 □□□□ 또는 NMDA 또는 또는 □□□ □□□□□□.	1 □□ ~ 8 □□ (□□□ 또는)	□□□□ 또는 □□□□□□□□□□□□ (DXM) □□□ 또는, Sage COMT □□□□□ □□□ DXM □ □□□-1 □ NMDA □□□ 또는 또는 □□□ □□□ □ □ □□□□. Selank □ 또는 □□□□ □□□□ 또는 □□□□ □□□ 또는 □□□ □□□ □□□□□. 또는 또는.
□□□	BDNF 또는; 또는 또는 또는; □□□ 또는. □□□□□□□□□(DXM)□ NMDA □□□ □□□ ADHD □□□ 또는 또는 □□□ □□□□, 또는 BDNF □ 또는 또는 □□□□ □□□ □ □□□□.	2 □□□□	DXM 또는 □□□□ □□□□ 또는 또는 또는 (□□□ 또는, 또는 또는 □□□, 또는 또는 또는) □ NMDA □□□ □□□□ 또는 □□□□□ 또는 또는 □ 또는 ADHD □ 또는 또는 또는 □□□ □ □□□□. Semax □ BDNF 또는 □□□ □□□ □ 또는 □□□ □□□ □□□□ □ □□□ □ □ □□□□. 또는 또는 또는.

□□ 5 — □□□□□□□□(DXM) □□ — □□ □ □□ □□.

□ □□□□: □□ □□□□ 10 □ □□ □□ □ □□ □□ - □□□□□□ □□□ □□.

DXM □□ □□□ □□□□□□□ □□ □□ □ □□□ □ □□□ □□□ □□□ □□□□. □ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □, "□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□"□□ □□□□ □□□ □□ □□□□. □□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□, □□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□. DXM □□□ □□□ □□ □□□ □□ 8 □□□ □□□ □□□. □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ 10 □□□□ □□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□.

DXM □□ □□ □□ □□

□□□	□□ □□.	□□□□.
□□□□ □□□ □□□ □, □□ □ □□ □□□ □□□ □□□□□□.	□□ □□□, □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□. □□ □□□ □□ □□ □□□□□ □□□□□, □□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□□.	□□ □□ □□□□ □□□ □□ □ □□ □□□□ □□□□□□. □□□□□ □□□ □□□□ □□ □□, □□□ □□□□ □□ □□ □ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□□. □□□□□, □□ □□ □□□ □□□ □ □□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□□. "10 □ □□": □□□ □□□□, □□ □□□ □□□ □□ 10 □□ □□□□□□.
□□□ □□	□□□□□□□□□(DXM) □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□ □□ □□□□□. □□, NMDA □□ □ □□□□ □□□□ □□ □□ □□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□, □□ □□□ □□□ □□□□□ □ □□□□□□ □□□ □□ □□□.	□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□: 5-MTHF, □□, □□ □□, □□□ □□, □□□ □□ □□□ □□. □□□ □□□□ □□□□ □□□□□. □ □□□ □ □□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□, □□□ □□□ □□□□□ □□□□□.
□□ – □□ □□ □□ □□ □□.	□□□□(DXM) □□□ □□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□□. □□ □□, □□□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□. □□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□. □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□.	□□□ □□ □□□ □□□ □□ □□□□□. □ □□□□ □□□□ 05 □ □□□□□□□□□(DXM) □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □ □□□ □□□. □□□□□ □□□□□□(ADHD) □□□, □□□□ □□ ADHD □ □□ □□□□ □□ □ □□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□.
□□ □□, □□ □□ □□.	DXM □ □□□-1 □□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□ □□□ □□□□□□. □□, □□□ □□ □□ □□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□, □□□ □□□ □□□□ □ □□□ □□□ DXM □ □□ □□□ □□ □□□ □ □□□□.	4-7-8 □□□ □□ □□□□□. □□□□□ □□□□ □□, Selank □□. □□ □□ □□ (Buspirone, CBT, SSRI - □□□ DXM □□ □). □□□ □□□□□. □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□.
□□□ □□□□ / □□ □□	DXM □ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□, □□□ □□□□ □□ □□ □□□ □□□□. □□□ □□□□ □□ □□—□□□□□□□—□□□ □ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□ □ □□□□.	□□□□ 05 □ □□□ □□□ □□□□□: □□ DXM □ □□□ □□□□, □□ □ □□□□ □□□□□. □□ □□ □□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□ □□□□□□. □□□□ □□□□ □□□□□. □□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□ □□□ □ □□□□.

DXM □□ □□ - 5 □ □□□□ (10 □ □□)

1. [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible]: [illegible]. [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. 10 [illegible]: [illegible] [illegible] 10 [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].
2. 4-7-8 [illegible] 5 [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] 5 [illegible].
3. NAC [illegible] [illegible] (NMDA [illegible] [illegible]). [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] NMDA [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible].
4. [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible]? [illegible]? [illegible] [illegible]? ADHD [illegible]? [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].
5. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].
6. [illegible]: [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

□□ 6 — □□ □□ □□: □ □□□ □□□□□ □□□ □ □□ □□□ □□ (DXM □□)

□□□□ - □□□□ □□□ C-28, DXM □ □□□ - □□ □□□□ □□.

DXM □ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□□. □□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□□.

- □□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□: DMN □□□ □□ □□, □□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□/□□ □□□, □□ □□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□.
- □□□ □□ □□□ □□□ □□□ □□ MDMA □□□□ □□□□ □□ □□:

    * □□□ □□ □□□ □□ □□□□ □ □□□□ □□□
    * □□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □□
    * □□□□ □□
- □□ □□□ □□ □□: LSD □□□□ □□□ □□ □□□□□□, □□□□□ □□□ □□□□ □ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□, □□ □□ □□□□ □□□□ □ □□ □□□□□ □□□□□.
- ADHD □□ □□: ADHD □□ - □□□□ □□, □□ □□, □□□□ □□ □□, □□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□. □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□ □: □□, □□, □□, □□ □□□ □□ □ □□ □□□ □□□ □□□ □□.

□□ □ □□□ □□□□ □□ □□ □□ □□.

□□□□ □□□ □□□□.	□□ □□□	□□□ □□□□□?	**DXM □□□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□□□.**
□□□ □□ - DMN □□, □□ □□.	□□ (□□ □□); □□□ □□ (NSDR); □□ □□.	□□ □□: □□ 20 □. □□□ □□ (□□□□ 04). □□□ □□ (NSDR): □□ 20~30 □ □□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□□. □□□□ □□ □□ □□□□□□ □□□ □□□.	DXM □ NMDA □□ □□□ □□□□ □□□□□ DMN(□□ □□ □□□□)□ □□□□, □□ □□□ □□ □□□ □□ □□□□□ □□□ □ □□□□. DXM □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□. □ □□□ 8 □□□ □ □□□ □□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□ □ □□□□.
□□ □□ □ □□□ □□□ (□□□-1 □□□ + □□□□ □□□ □□□).	□□; □□□ □□□ □□; □□; □□.	□□ □□□ □□□ □□□. □□□ □□□□□ □□□□ □□ □□ □□□ □□□□. □□□□ □□□ □□□□. □□□□ □□□ □□□□.	DXM □ □□ □□ □□□ □□□□ □□□-1 □□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □ □□□□ □□□□ □□ □□□□□. □□□ □□□ DXM □□ □□□□□ □□□ □ □□□□, □□□□□ □□ □□□□

			□□□□ □□□□□.
□□ □□ □□	□□ □□□ □□ □□ □□ □□(CBT); □□□□; □□ □□; □□□□.	□□ □□ □□ □□□ □□ □□ □□□□ (□□□□ □□□□ □□ □□□□(MBSR), □□ □□ □□ □□, □□ □□). □□□□ □□□ □□: □ □□ □□□ □□□□ □□□□□. □□□□ (□□ □□, □□□□ □□ □□).	DXM □ □□□-1 □□□ □ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□, □□□ □□□ □□ □□□ □□ □□ □ □□□□. □ □□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□□. □□ □□ □□□□ □□□□, □□□□□ □□□□ □□ □□□□□.
□□ □□	□□ □□; □□ □□; □□□; □□ □□.	□□□□□ □□□□ □□ □□ □ □□: □□ □□□ □□ □□, □□□□ □□ □□, □□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□ □□.	DXM □ □□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□. □□ □□□□□ □□ □ □□ □ □□□ □□□ □□□□. □□□ □□□□□ DXM □ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □ □□□ □□□□, NMDA □□ □□ □ □□ □□□ □□□□.
ADHD □□ □□: □□□ □□ □ □□ □□	ADHD □□ (□□ □□ + □□ □□); □□; □□□□ □□ □□; □□.	□□ □□□ □□ □□ □□ □□ (ADHD)□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□. □□ □□□ □□ □□ (30~45 □), □□ ADHD □□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□□□. □□□□ □□□ □□ □□.	DXM □ □□ □□□□ ADHD □□□ □□□□ □□, ADHD □□□ DXM □□□ □□ □□□ □□□□□. □□ □□ □□□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□. ADHD □□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ DXM □ □□□□ □□□□ □ □□□ □□□□ □□□□□□.

□□□ □□□ □□ □□□□.

□□□□: 15 □□ □□□□□□□(DXM)□ □□ □□□ 30 □□ □□□□ □□ □□□ □□□□.

DXM □ □□ □□□ □ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□. □ □□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□ □□ □□□□□ □□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□□.

- □□□ □□: □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□□□. □□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□, DXM □ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□. □□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □ □ □□□□.
- □□ □□□: □□□ □□ □□□□ □□□ □ □□ □□□□, □□ □□□□ □□ □□□ □□□□□. DXM □ □□□□ □□□ □□□□, □□□ '□□□ □□□'□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□ □□□ □□□ □ □□□□. □□ □□□ □□ □□□□□.
- DXM □□□□ □□ □□ □□ □□, □□ ADHD □ □□□ □□□□ □□ □□, □□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□.
- □□ □□: □□□□□□□□(DXM) □□□ □□□ □□ □□□ □□ □□ □□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□□. □□□, □□, □□ □, □□ □□□□ □ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □□ □□□□ □□ □□ □□ □□ □□□□□.
- □□ □□□: □□ □□□ DXM □□□□ □ □□□ □□ □ □□ □□ □□□ □□□□ □(□), □□□, □□ □□□□, □□□ □□□ □□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□. □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□ □ □□ □□□□□□, □□□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□□. □□□ □□□ □□ □□□□ □□ □□□□□. □□ □□, □□, □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□ □ □□□□.

□□ 7 — □□ □□ □□: □□□□ □□.

□□	□□□□.	□□ □□	□□□□□□□□□(DXM) □□ □□ □□:
□ □ □□□ □□ (0~7 □).	□□; □ □□ □□; □ □□□□ □ 0 □.	□□□□□□□ □□ □□ □□; NAC □□□ □□; HPPD □□□ □□; □□ □□ □□ □□.	□□□□□□□□ □□ □□□ □□: □□ NAC □□□□, □ □□ □ □□ □□□ □□□□ □□□. □□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ DXM □□ □□□ □□□ □□□□□. □ □□ □□□□ □ □ □□□□□ □□□ □ □□□, □ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□.	**[□□ □□] findahelpline.com** * **□□:** □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□. * **□□:** **Recovery Kernel, Naloxone, COMT, DRD2, MTHFR, Blueprint** □ □□ □□□ □□□□□□. * **□□:** □ □□□ □□□□ □□□□. * **□□:** □□□ □□□ **findahelpline.com** □□ □□□□□□.
□□□□ □□ (1 □ ~14 □)	□□□□ 07, □□□□ 09, □□□□ 17	NAC (NMDA □□□ □ □ □□), □□□□, 5-MTHF, □□ □□□, L-□□□, □□□.	NAC (N-□□□ □□□□): □□ □ □□□□□. NMDA □□□□□□ □□□□ □ □□ □□□ □□ □□□□□□. □□□□: □□ □ □□□□□. 5-MTHF: □□ □ □□□□□. 5-HTP: □□□ □□□□□□□□□(DXM) □□ □ □□ 3~5 □□ □□ □□ □□□□□□. □□ □□ SERT □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□. □□ □□□: □□ □□ □□□□□.
□□□ □□ □□ (1 □□ ~ 4 □□)	CYP2D6 □□; SLC6A4; COMT; MTHFR; DRD4/DAT1	CYP2D6 □□ □□ □□; ADHD □□□ □□; □□□□ □□□; □□□.	CYP2D6 □ DXM □□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□□. □ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□ □□ □ □□□□ □□□□ □ □□□ □□□. ADHD □□□ □□(DRD4, DAT1)□ ADHD □□□ □□□□□□ □□□ □□□□□.
□□ □□ □□ (2~12 □□)	□□□ □□□; ADHD □□□; □□ □□ □□; □ 4 □ 6 □	□□□ □□; ADHD □□ □ □□; □□ □□ □□ □□; □□□ □□ □□ □□.	DXM □ □□ □□□ □□ □□ □□□□□. □ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□. □□□ □□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□□□□, □□ □□□ □□ □□□ □□□□□. □ □□□ □□□, □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□.
HPPD □□ (□□ □ 1~8 □).	□□ 4.5 □ □ □□□; □□□ □□ □□□□ □□□□□□.	□□ □□; □□□□ □□ □□□; □□; □□ □□.	DXM □ □□□ □□□ □□ □□(HPPD)□ □□□□□ □□□□ □□□ HPPD □□ □□□□□, □□□ □□ □□□ □□□□. □□□□ □□, □□ □□ □□ □ □ □□□ □ □ □□□ □□□□□. □□ □□ □□□ □□ □□□ □□ □□□□□.
□□□□□ □□ □□□□ (1 □□~6 □□)	□□□□ 04 (□□), □□□□ 03 (□□), □ □□□□ □ 6 □.	□□ □□/□□ □□; □□□ □□; □□□ □□; □□ □□ □□ □□□□□ □□□ DXM □□.	□□□□□ □□ □□ □□□□□ DXM □ □□□□ □□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□. * □□□ □□ □□: □□ + □□□ □□ (NSDR). * □□ □□: □□ + □□. * □□□ □□□: □□ □□ □□ (CBT) + □□□ □□

			□□. * ADHD □□□ □□: ADHD □□ + □□. □□□□□□ □□□□ □□□□□.
□□□□□ □□□□□ □□ (3 □□ □□)	□□□□□ 20, □□□□□ 21, C-28; □□□ □□ □□ □□□□ □□.	DXM □□ □□□□ □□□□□, □□□□ □□□□□ □□ □ □□ □□ □□.	□□□ □ □□ □□ DXM □□□□□□: □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□. □□, □□ □□, □□□□ □□□□□ DXM □ □□□□□ □□ □□□□□. □□□□□ DXM □ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□□.

□ 8 □ - □□□ □□: □□□ □□ □□

DXM □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□, □□ □□□ □□ □□ □□□□□: □□□ □□□, □□□ □□□ □□□□ □□□, □□ □□□□□□ □□□□□ □□□ □□ □□ □□ □□□□ □□ □□□ □□□□. DXM □ □□ □□ □□ □□(MAT)□ □□□□ □□□□. DXM □ □□□ □□ □□ □□□ □□□□. □□□□ □□□ □□ □□ □□ □□ □□ □□□ DXM □□□ □□ □□□□ □□□ □□□□.

□□□ □□□ □□□□□ □ □□□ □□□ □□□□: □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □ □□ □□□□. □ □□□□ □□□□ 13(□□□□ □□)□ □□ □□□□□.

8.1 — □□□□□□□(DXM) □□ □ □□□ □□□□

- □ □□ □□: AST, ALT, □□□□, □□□ GGT □□□ □□□□, □□□□□□□ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□ □□□□□. □□ □□□ 3 □□ □ □□ □□□ □□□□□. □□□ □□□ □□□□, □□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□.
- CYP2D6 □□: □□□□□□□□□(DXM) □□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□. □□, CYP2D6 □ □□ □□□□ □□ □□ □□□□ □□ □□ □□ □□□□ □□□□ □ □□□ □□□.
- ADHD □□: ADHD □ □□□□ □□, □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□. □□ □□ □□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□□. □□□□ □□ ADHD □ □□□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □ □□□□.
- □□□ □ □□: PHQ-9 □ GAD-7 □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□. □□□ □□ □□ □□ □□ □□□□□ □□ □ □□ □□ □□□ □□ □□□ □□□.
- HPPD □□: □□ □□ □ 4 □ □□ □□□ □□□ □□□ □□, □□ □□□ □□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□. HPPD □□□ □□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□□□.
- □□ □□: □□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□, □□□ □□□ □□ □□.

8.2 - □□□ □□□□

[□□]

DXM □□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □, □□ □□□ □□□□□. "□□ □□□□ □□ □□ □□□"□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□. □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□ □ □□□ □ □ □□□□:

□□ □□□□□□□□□(DXM)□ □□□□ □□□, [X] mg □□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□□□. □□□ [frequency] □□□. □□ [□□ □□: NMDA □□□ □□ / □□□□ □□□ □□ / □□□□ □□ □□ / □□ □□]□ □□ □□□□. □□□□□□□□ □□ □□□ □□□ □□ □ □□□ □□ □□□□, □ □□ □□□ □□ □□□□. □□ CYP2D6 □□□ □□ □ □□ □□□ □□□ □□ □□□□. □□□ □□ ADHD/□□□/□□□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□□, □□ □□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□.

□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□.

8.3 — □□ □□ □ □□ □□ □□

[□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□.]

*   **□□ □□:** **[□□ □□]**

*   **□□ □□ □□:**
    *   **□□ □□ □ □□□:** **[□□□ □□]**
    *   **Naloxone (□□□):** **[□□]**
    *   **COMT, DRD2, MTHFR □□ □□:** **[□□]**
    *   **Recovery Kernel (□□ □□):** **[□□]**
    *   **□□ □□□ □□ □□□□:** **findahelpline.com**

- DXM □□ □□: □□ □□□ DXM □□ □ □□ □□(18 □ □□)□ □□□□□. □□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□. CVS Pharmacy □ DXM □□□ □□□□ □□□□ □□□□□. □□□ □□□ □□ □□ □□□□, □□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □ □□□□.
- DXM □□ □□ □□ □□: Erowid □ DXM □□□(erowid.org/chemicals/dxm)□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□ □□□ □□□□□. William White □ □□□ DXM □□ □□ □□(FAQ)□ □□ □□□ □□ □□□□□.
- SAMHSA □ □□ □□ □□ □□□(findtreatment.gov): □□□□□□□(DXM)□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□, □□□, ADHD □ □□□ □□□ □□ □□□ □□ □□, □□ □□ □□ □□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□ □ □□□□.
- □□□ □□ □□: 1-800-852-8336 (□□□□ □□ □□). □□ □□□ □□ □□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□□.
- □□ □□ □, HOME □□□ 741741 □ □□ □□□□□.

□□□ □□□□□.

□□□□: □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□.

DXM □ □□ □□ □□□ □□ □□ □□□□ □□ □□□□□□. □□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□□. □□□ □ □□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□□. □□□ DXM □ □□□ □□□□ □□ □ □ □□□ □□□□ □□ □□□□□□. □□ □□□ □□□ □□, □□□□ □□ □□□□□ ADHD □ □□ □□, □□□□ □□ □□□ □□□ □□□, □□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□□. □□□ □□□ □□□ □□ □□ □□ □ □□ □□ □□□□ □□□□□.

□ □□□□ C-37 □□□ □□□□ □□□□□: □□ □□ □□□□ □□□□□. DXM □□□ □ □□□□□ □□ □□□ □□ □ □□□□□□. □□□□ □ □□□ □□ □□□□□□ □□□□□. NMDA □□□ □□□□ □□□ □□□□□, □□□-1 □□ □□□□ □□□ □□□□□, □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□□□. □□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□□□□□.

□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□□□. □□□ 8 □□□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□. □□□□ □□□□(Robitussin)□ □□□ □, □□ □□ □□ □□□, □□□□ □□ □□ □□□, □□□□ □□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□. □ □□□ □□□ □□ □□ □□ □□□□□, □□□ □□□ □□□ □□□□□.

Recovery □ □□□ □□ □□□ □□□□□. □□□□ □□□□, □□□□□ □□□□, □□ MTHFR □□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□□, □□ 5-MTHF □ SSRI □ □□□□ □□□ □□□ □□□ □ □□□□. ADHD □ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□, □□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □ □□□, DXM □ □□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□□□. □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□, CBT □ □□□□ □□ □□□ □□ □□□ □□ □ □□□, □□ □□□-1 □□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□. □□□ □□□ □□ □ □□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□, DXM □ □□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□, □ □□□ □□□□□. NMDA □□ □ □ □□ □□.

□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□□□. □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□. □□□ □□□ □ "□□□"□ □□□□ □□□□, □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □ □□ □□□ □□□ □□□□□.

DXM □ □□□□ □ □□□ □□□□□, □□□ □ □□□ □□ □□ □□□□□ □□ □□□ □□□□□. □□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□. □□ □□□ □□□ □□, □□ □□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□.

— — —

DXM □□ □□: erowid.org/chemicals/dxm
□□□ □□ □□: 1-800-852-8336
□□ □□ □□ □□: HOME □ 741741 □ □□□□□.
Recovery Kernel □□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□□□□.

Crisis: call or text 988 | Emergency: 911 | SAMHSA: 1-800-662-4357

⚠ □□ □□ □□ - □□□ □□□ □□□□.
DXM □□□□ □□□□ □□: Recovery Kernel □□ □□□ | □□□ □□ □□ □□□